

✨ ”*Ogni parte di un sogno è una parte di te*.” (Fritz Perls)

La forma dei sogni

Un ciclo di quattro incontri dedicati all’ascolto, all’immaginazione e alla creazione.

Nel percorso cercheremo non solo di condividere e guardare i sogni, ma di viverli e, nel fare questo, manterremo l’armonia intrinseca che il sogno stesso ci ispira.

Sebbene di formazioni diverse, Stefania Ambroggi, Oriana Enna, Chiara Pischedda e Elisabetta Frau metteranno a servizio dei sogni le loro competenze facendole viaggiare tra arti performative, esplorazioni emotive e psicologiche e luoghi artisticamente creativi. Si mirerà a maturare il sentimento per cui ognuno potrà sperimentare attivamente consapevolezza e fiducia: "Io sono il sogno, io creo il sogno, io realizzo il sogno".

📅 **PROGRAMMA**

📍Martedì 26 agosto – ICHNU, Via Nazioni Unite 17

⏰ 18:30–20:30

Io sono il sogno – con Stefania Ambroggi

Attraverso strumenti teatrali, corporei e creativi, si esploreranno sogni, desideri, ambizioni e immagini di sé

📍Mercoledì 27 agosto – ICHNU, Via Nazioni Unite 17

⏰ 18:30–20:30

Io creo il sogno – con Oriana Enna e Chiara Pischedda

Partendo dall'espressione di sé, si entrerà nella dimensione psicologica e relazionale al fine di creare immagini e narrazioni del proprio sogno

📍Giovedì 28 e Venerdì 29 agosto – Betta Ceramiche, Via Cravallet 68

⏰ 18:30–20:30

Io realizzo il sogno – con Elisabetta Frau

Plasmando la materia con le mani si realizzerà una ceramica personale, segno tangibile del proprio sogno e della propria capacità di realizzarlo

ℹ️ INFORMAZIONI PRATICHE

📍 Alghero - 📆 26–29 agosto 2025

🎟️ Contributo: 80€

📬 Posti limitati – per iscrizioni e info: contattaci al n. 346 5723948 oppure alla mail gruppoformat@gmail.com

🧑‍🏫 Conosci i conduttori e scopri chi siamo 👇

Stefania Ambroggi - attrice, cantante e insegnante.

Formata tra il conservatorio Canepa di Sassari, il centro studi Ichnu di Alghero e il DAMS di Bologna, debutta nel 2012 nel musical Alice nel paese delle meraviglie. Da allora è protagonista di numerosi spettacoli, tra cui La Locandiera, Pinocchio e La Bella e la Bestia.

Da oltre 10 anni insegna teatro e canto ai più piccoli, scrive spettacoli per bambini di grande successo (Ci serve una favola, A.A.A. Liocorni cercasi, Da grande sarò) e cura la direzione artistica di eventi per famiglie come il Villaggio di Babbo Natale, Alguer Family Festival e HP Nights.

Con il cuore nell'infanzia, promuove il gioco e il movimento come strumenti di crescita.

Maria Giulia Oriana Enna – psicologa e psicoterapeuta, con una lunga esperienza nell'ambito della salute mentale, dell'educazione e del lavoro sociale.

Si laurea in psicologia dello sviluppo e dell'educazione all'università di Padova e si specializza in psicoterapia della gestalt. Dal 2010 lavora come libera professionista ad Alghero, dove si occupa di psicoterapia individuale, di coppia e familiare. Negli ultimi anni si dedica in particolare al sostegno psicologico di pazienti oncologici, approfondendo gli approcci della psico-oncologia.

Ha coordinato progetti sociali rivolti a minori, famiglie e persone fragili, lavorando in equipe multidisciplinari e promuovendo una cultura della cura inclusiva.

È anche formatrice e docente, attiva in percorsi educativi e laboratori per operatori, adolescenti e genitori, nei quali integra strumenti come il teatro dell'oppresso e lo psicodramma.

Professionista empatica e attenta, unisce rigore clinico e sensibilità sociale, con una costante attenzione ai bisogni emergenti delle persone e delle comunità.

Chiara Pischedda – psicologa

Ha conseguito la laurea in scienze e tecniche psicologiche dei processi cognitivi presso l'università di Sassari, proseguendo poi gli studi con la magistrale in psicologia clinica all'università di Cagliari.

Nel corso degli anni ha lavorato a stretto contatto con anziani e persone fragili, sviluppando una spiccata sensibilità, capacità di ascolto e attenzione profonda ai bisogni individuali.

Attualmente svolge il tirocinio post laurea, continuando a formarsi con passione e dedizione, portando avanti una visione della psicologia intesa come uno spazio di cura, accoglienza e consapevolezza.

Crede fermamente in un approccio empatico e concreto, volto ad accompagnare le persone nei loro percorsi di trasformazione e benessere.

*Elisabetta Frau** - ceramista

"Mi chiamo Elisabetta Frau - Betta per gli amici e i miei clienti - ho sempre amato sin da piccola sporcarmi le mani con la terra.

All'età di 10 anni avevo già deciso che da grande avrei lavorato nel mondo dell'arte e della creatività.

Ogni inverno sognavo che arrivasse presto l'estate per partire in Sicilia da mia zia che mi faceva fare spesso tantissimi lavoretti che io amavo fare, grazie a lei ho imparato tante cose sui colori e sulla modellazione.

Gli studi artistici intrapresi nel settore dei gioielli e poi nella scultura, mi hanno proiettato ad una passione ancora più forte che e la ceramica. Questa forte passione mi ha fatto viaggiare dalla mia isola verso Roma nella scuola d'arte e mestieri Nicola Zabaglia, una delle più antiche e importanti a livello italiano, nella quale frequentai un corso di specializzazione di 3 anni sulla ceramica. Qui ho imparato tutte le tecniche della ceramica dalla modellazione, al colore, dalle cotture ad l'utilizzo di varie argille come della terracotta, gres e porcellana.

Poi la decisione di ritornare a casa, nella mia città Alghero non solo per aprire quello che ora è la mia bottega-laboratorio Betta ceramiche, ma anche quello di raccontare la storia della mia terra sarda attraverso oggetti che creo con passione grazie alle tecniche acquisite nel mio percorso di studi."

 Con il sostegno e la collaborazione di ***Gruppo Format APS***, un'associazione di promozione sociale, culturale e sportiva attiva nello sviluppo del potenziale individuale e collettivo. Nasce dall'incontro tra professionalità diverse e opera come centro dinamico per la progettazione sociale e formativa.

Riunisce psicologi, educatori, formatori, terapeuti, progettisti e animatori che collaborano in modo sinergico per realizzare interventi dedicati alle persone e alle comunità.

Svolge attività di formazione, consulenza, promozione e comunicazione, rivolgendosi a enti pubblici, realtà del terzo settore, aziende e cittadini.

Particolare attenzione è rivolta alle situazioni di fragilità e disabilità, con l'obiettivo di favorire l'inclusione, l'empowerment e la partecipazione attiva.

Attraverso ogni progetto, Gruppo Format APS contribuisce alla costruzione di legami sociali e alla valorizzazione del territorio, promuovendo una cultura della cura e della collaborazione.

AGOSTO

PROGRAMMA

MAR 26 18:30-20:30 📍 ICHNU - VIA NAZIONI UNITE, 17	Con **Stefania Ambroggi - Io sono il sogno** Attraverso strumenti teatrali, corporei e creativi, si esploreranno sogni, desideri, ambizioni e immagini di sé
MER 27 18:30-20:30 📍 ICHNU - VIA NAZIONI UNITE, 17	Con **Oriana Enna** e **Chiara Pischedda - Io creo il sogno** Partendo dall'espressione di sé, si entrerà nella dimensione psicologica e relazionale al fine di creare immagini e narrazioni del proprio sogno
GIO 28 - VEN 29 18:30-20:30 📍 BETTA CERAMICHE VIA CRAVELLET, 68	Con **Elisabetta Frau - Io realizzo il sogno** Plasmando la materia con le mani si realizzerà una ceramica personale, segno tangibile del proprio sogno e della propria capacità di realizzarlo